

ما هي الكرة الطائرة؟ شاركوا

ما الدافع وراء لعب الكرة الطائرة؟



وهي تبعث على
المرح والبهجة!



الرياضة تحسن
مستويات الأطفال
في المدرسة



أي شخص
يمكنه اللعب



الكرة الطائرة هي الرياضة
رقم واحد للنساء والبنات
في أستراليا

ما الذي تحتاجينه للعب الكرة الطائرة؟



الحماس



أحذية للجري
وملابس مريحة
لعمل التمرينات

أين يمكنك لعب الكرة الطائرة؟

لمزيد من المعلومات اتصلي بـ

community@netballq.org.au
أو زوري play.netball.com.au

ما الفوائد التي تجني من لعب الكرة الطائرة؟



بث الثقة
الثقة بالنفس



لعب جماعي
اللعبة معاً،
والعمل معاً



الصحة
تحافظ على
لياقتك وصحتك



التآلف الاجتماعي
تكوين صداقات جديدة

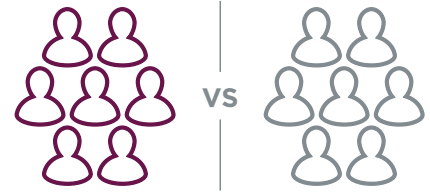
ما هي الكرة الطائرة؟



وجميع الالعاب لهن مواقع
مختلفة ويتقيد هذا الموقع بمناطق
محددة في الملعب



الهدف الذي يسجل
يعادل نقطة واحدة



الكرة الطائرة هي رياضة
يلعبها فريقان يتكون
كل منهما من 7 لاعبات



ولا يمكن للاعبات
الجري بالكرة



لا يسمح باللامسة - قفي
على بعد 3 أقدام من
اللاعبة المواجهة



اللاعبة التي معها الكرة يمكنها
الإمساك بها لمدة لا تزيد
عن 3 ثواني قبل تمريرها
إلى لاعبة أخرى

